

Status Gizi Baik Meningkatkan Kelincahan pada Anak

Merry Tyas Anggraini¹, Lilia Dewiyanti¹, Nur Anita Setyaningrum¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

ABSTRAK

Latar Belakang: Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh status gizi. Perkembangan anak mencakup banyak area seperti personal sosial, motorik halus, bahasa dan motorik kasar, motorik kasar anak usia sekolah mencakup kelincahan. Anak sekolah di SD Negeri Kemijen 04 Semarang memiliki latar belakang status gizi yang serta memiliki kelincahan yang berbeda-beda pula. Dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara status gizi dengan kelincahan anak di SD Negeri Kemijen 04 Semarang.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian yaitu siswa kelas 3, 4 dan 5 SD Kemijen 04 Semarang yang berjumlah 420 anak dengan sampel 58 anak menggunakan simple random sampling dan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi Pearson.

Hasil: Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0,329$, yang artinya nilai korelasi lebih besar daripada r tabel yakni $0,254$ ($0,329 > 0,254$). Sedangkan nilai $p = 0,012$ ($< 0,05$).

Kesimpulan: Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kelincahan anak di SD Negeri Kemijen 04 Semarang. Gizi yang baik mempengaruhi kelincahan anak.

Kata kunci : status gizi, kelincahan, anak.

Good Nutritional Status Affect Children Agility

ABSTRACT

Background : Growth and development of children is influenced by nutritional status. Child development covers many areas such as social personal, fine motoric, language and gross motoric skills, gross motoric skills include agility school-age children. Elementary school children in 04 Semarang State Kemijen have a different background in nutritional status and agility. In this study aims to examine the relationship between nutritional status and agility of children in primary schools Kemijen 04 Semarang.

Method : This research is an analytic observational study with cross sectional approach. The study population is students in grades 3, 4 and 5 SD Kemijen 04 Semarang totaling 420 children using simple random sampling, obtained samples 58 children and hypothesis testing using Pearson correlation analysis.

Result : Pearson correlation test results showed the value of $r = 0.329$, which means that the correlation value is greater than the table r 0.254 ($0.329 > 0.254$). While the value of $p = 0.012$ (< 0.05).

Conclusion: There is significant correlation between nutritional status and agility of children in primary schools Kemijen 04 Semarang. Good nutrition affect children agility.

Keywords: nutritional status, agility, children.

Korespondensi: Merry Tyas Anggraini, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Jl. Wonodri No. 2A. Semarang, Jawa Tengah, Indonesia, telepon/faks (024) 8415764. Email : merry.tyas@gmail.com

Pendahuluan

Status gizi anak merupakan hal yang penting yang harus di ketahui oleh setiap orang tua. Orang tua perlu memberikan gizi yang seimbang untuk

pertumbuhan anak karena kekurangan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Almatsier, 2004).

Pertumbuhan dan perkembangan anak dipengaruhi oleh status gizi

dimana untuk mengukur pertumbuhan anak antara lain bisa menggunakan indeks antropometri (z-skor) yang indikatornya bisa dilihat dari BB/U, TB/U dan BB/TB (Supriasa, 2012). Perkembangan anak mencakup banyak area seperti personal sosial, motorik halus, bahasa dan motorik kasar. Kita lihat dari motorik kasarnya yaitu motorik kasar anak usia sekolah yang mencakup kelincahan (Soetjiningsih, 1995).

Berdasarkan riset kesehatan dasar (RISKESDAS) 2007 prevalensi status gizi Jawa Tengah sangat kurus adalah 4,7 % kurus 7,1 % normal 76,8% gemuk 11,4% . Dikehidupan sehari-hari banyak ditemukan banyak masalah gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih yang di alami anak-anak sekolah dasar, hal ini tentu saja mempengaruhi kelincahan dan kemampuan fisik anak (Muasyaroh, 2006).

Anak di SD Negeri Kemijen 04 Semarang memiliki latar belakang status gizi yang berbeda-beda, yaitu mempunyai status gizi baik, sedang dan kurang dengan memiliki kelincahan yang berbeda-beda. Dalam penelitian ini mengambil sampel anak kelas 3, 4 dan 5 SD dengan pertimbangan kelincahan anak menjadi lebih terkoordinasi daripada pada masa awal anak-anak.

Sesuai dengan latar belakang diatas, maka permasalahan yang diteliti adalah apakah status gizi baik dapat meningkatkan kelincahan anak SD Negeri Kemijen 04 Semarang ?

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara status gizi baik

dengan kelincahan anak SD Negeri Kemijen 04 Semarang.

Metode

Jenis penelitian ini menggunakan observational analitik dengan desain *Crossectional* dimana pengumpulan data antar variabel bebas (status gizi) dengan variabel terikat (kelincahan) anak kelas 3, 4, 5 SD Negeri Kemijen 04 Semarang. Terdapat 58 siswa kelas sebagai sampel penelitian menggunakan simple random sampling dan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi Pearson. Analisis bivariat dalam penelitian ini berfungsi untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan kelincahan anak kelas 3, 4, 5.

Hasil

Rata-rata siswa SD Kemijen 04 khususnya yang berada di kelas 3, 4, 5 memiliki status gizi yang normal yaitu 52 anak (89,6%). Sedangkan untuk kelincahan anak, dari 58 siswa kelas 3, 4, 5 SD Kemijen 04 Semarang rata-rata mempunyai tingkat kelincahan pada kategori baik, yaitu 36 anak (62,1%). Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0,329$, yang artinya nilai korelasi lebih besar daripada r tabel yakni $0,254$ ($0,329 > 0,254$). Sedangkan nilai $p = 0,012$ ($< 0,05$).

Pembahasan

Mayoritas sampel pada penelitian ini memiliki gizi normal (52%) hal ini sesuai dengan depkes RI tahun 2004 yang menyatakan bahwa anak

Indonesia sebagian besar mempunyai gizi yang baik. Gizi baik yang terkandung dalam tubuh sangat membantu seorang dalam beraktivitas.

Dari 58 anak yang diteliti terdapat 36 anak dengan kelincuhan pada kategori baik atau sebesar 62,1%. Suatu hal yang meyakinkan tentang pentingnya agar anak mampu bergerak dan bermain didasarkan pada kenyataan bahwa anak yang sehat akan mempunyai kesempatan untuk bermain yang lebih banyak. Setiap anak yang sehat dan gizinya baik mampu bermain secara optimal dan mudah bergaul. Tanda-tanda anak yang sehat adalah mampu bergerak dengan lincah, tahan lama dan bersemangat (Sinclair, 1991).

Adapun nilai korelasi sebesar 0,329 dapat diartikan bahwa ada hubungan yang positif antara status gizi dengan kelincuhan anak. Artinya kelincuhan anak akan mampu meningkat apabila status gizi juga baik.

Simpulan

Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kelincuhan anak pada SD Kemijen 04 Semarang.

Status gizi baik mempengaruhi kelincuhan anak.

Daftar Pustaka

- Almatsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2004.
- Depkes RI, 2004. *Analisis Situasi Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta.
- John Sinclair. *Corpus concordance collocation*. New York : Oxford Press, 1991
- Muasyaroh. 2006. *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kelincuhan Pada Siswa Putra Kelas 3 Sekolah Dasar Di Desa Jetak Kidul Kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan Tahun Ajaran 2005/2006*
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia. 2007.
- Soetjiningsih. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC. 1995
- Supriasa DN, dkk. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC. 2012